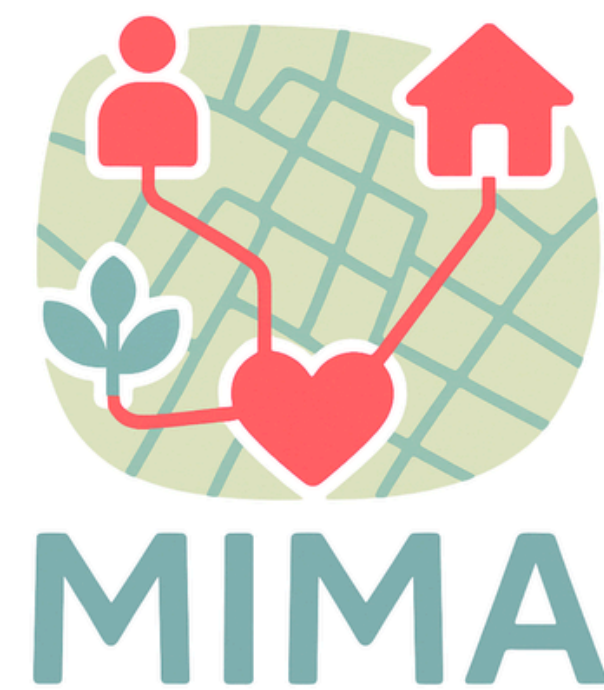


MIMA – Red de Cuidado para las Personas y el Entorno del Distrito Macarena



CONTENIDO

- 1. RECORDANDO DE DÓNDE PARTIMOS**
- 2. ACTIVANDO NUESTROS ACTIVOS**
- 3. CRONOGRAMA**
- 4. ACCIONES IMPLMENTADAS**
- 5. APRENDIZAJES COLECTIVOS**
- 6. MIRANDO AL FUTURO**

1. RECORDANDO DE DÓNDE PARTIMOS



CONTENIDO

Partimos de una realidad marcada por la diversidad cultural y generacional del Distrito Macarena, pero también atravesada por desafíos como la soledad no deseada, la fragmentación social, la precariedad y la falta de espacios de encuentro y cuidado.

Propósito

Impulsar una red comunitaria de cuidado que fortalezca el bienestar de las personas y del entorno, promoviendo la participación, la cohesión social y una cultura del cuidado compartido desde lo local.



2. ACTIVANDO NUESTROS ACTIVOS

Este proceso ha sido posible gracias a la implicación de vecinas y vecinos, mujeres mayores, personas migrantes, profesionales y voluntariado.

Han participado entidades como:

Solidarios para el Desarrollo, Federación SURGE, niplataniforma, Haciendo Barrio, Humanos con Recursos, Centro Cívico Los Carteros, Amigos de los Mayores, ERACIS+ ZD El Cerezo, Acercando Realidades, Asociación Trabajando por el Mañana, Mujeres Entre Mundos, Fundación Sevilla Acoge y Asociación de Mujeres Las Tres Estaciones, junto a enfermeras comunitarias de Alamillo y Polígono Norte.



3. CRONOGRAMA

Junio – Julio 2025:

- Creación del equipo motor y revisión de materiales previos.
- Diseño inicial del proyecto y planificación de líneas de acción.

Octubre 2025:

- Diseño participativo del prototipo narrativo.
- Identificación inicial de activos de salud del barrio.
- Planificación de los primeros Encuentros MIMA y talleres de cuentos.

Noviembre – Diciembre 2025:

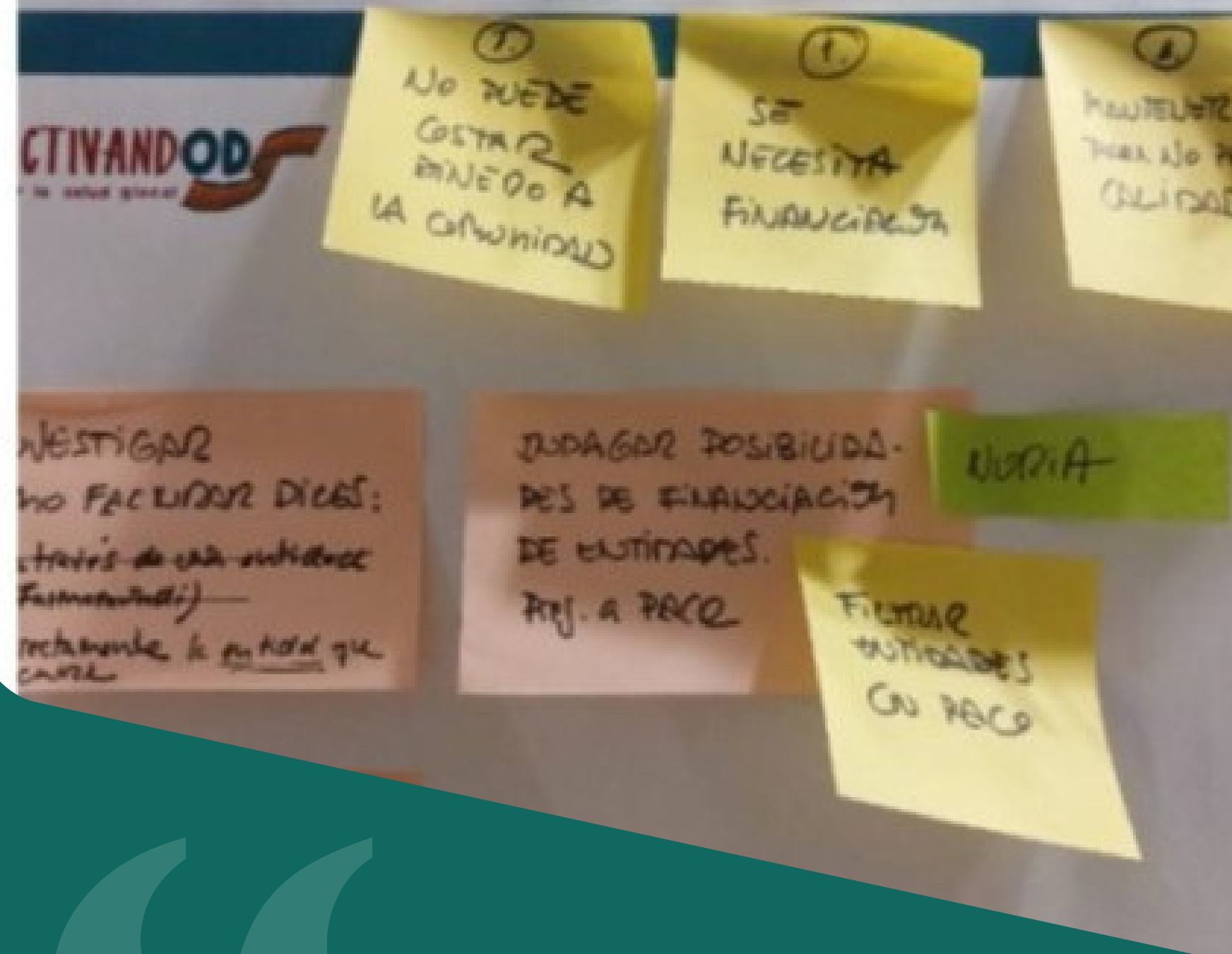
- Desarrollo de talleres de Cuentos Comunitarios con 30 participantes de distintos grupos.
- Registro audiovisual y creación de dípticos de activos de salud asociados a cada cuento.

Enero – Febrero 2026:

- Inicio de los Paseos que cuidan con participación de 95 personas.
- Taller “Recetando activos de salud” con 25 profesionales de enfermería comunitaria.
- Ajustes del plan de acción y consolidación de materiales para la siguiente fase.



3. ACCIONES IMPLEMENTADAS



“La salud se construye en comunidad,
paso a paso, historia a historia.”



1. PASEOS SALUDABLES “PASEOS QUE CUIDAN”

Iniciativa comunitaria que combina actividad física, acompañamiento y fortalecimiento de redes vecinales.

Se realizó en Centro de Salud Polígono Norte y entorno del barrio.

La actividad buscó Fomentar hábitos saludables, promover la salud emocional y fortalecer vínculos comunitarios a través del encuentro y el conocimiento compartido.

Desarrollo

El 25 de febrero y el 2 de marzo, a las 10:00h,95 personas de diferentes edades participaron en un paseo con paradas para dialogar sobre bienestar, compartir experiencias y conocer recursos del barrio, con la implicación de diversas entidades.





CUENTOS COMUNITARIOS Y DÍPTICOS DE ACTIVOS DE SALUD

Se desarrollaron tres cuentos comunitarios, cada uno acompañado de un díptico de activos de salud:

- “Los martes de las 3 estaciones” – Mujeres mayores
- Historia de Valentina – Fundación Sevilla Acoge
- Poema de la calle – Solidarios para el Desarrollo

Contexto

Este proyecto se llevó a cabo como un proceso creativo colectivo para visibilizar las historias y los activos del barrio. Las actividades se realizaron en espacios comunitarios con distintos grupos participantes, buscando:

- Fortalecer la identidad comunitaria
- Dar voz a las personas participantes
- Resaltar y visibilizar los activos de salud presentes en la comunidad





TALLER DE FORMACIÓN: “RECETANDO ACTIVOS DE SALUD”

Capacitación dirigida a enfermeras y enfermeros comunitarios del Distrito Macarena, con el objetivo de fortalecer sus herramientas para la identificación y promoción de los activos de salud del barrio.

Lugar de realización

Centros de Salud Alamillo y Polígono Norte, en colaboración con la red MIMA y diversas entidades comunitarias.

Objetivos de la actividad:

- Capacitar al personal de enfermería en el mapeo y reconocimiento de recursos comunitarios.
- Integrar los activos de salud en la práctica diaria, promoviendo la salud desde un enfoque integral y comunitario.
- Fortalecer los vínculos entre los servicios de salud y la comunidad.



Fotografias



Resultados



Participación comunitaria total: 150 personas (95 en paseos, 30 en cuentos, 25 en talleres)



Activos de salud mapeados: 25+ recursos comunitarios identificados



Profesionales sanitarios movilizados: 25+



fortalecimiento de redes vecinales, cohesión comunitaria y visibilización de historias y recursos del barrio



4. PRODUCTOS

 TALÓN DE RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS PARA LA SALUD		FECHA: ____ / ____ / ____
NOMBRE DE LA PERSONA QUE RECOMIENDA: _____ : ¿PARA QUIÉN ES?: _____ :		♥ MOTIVO / NECESIDAD IDENTIFICADA: <input type="checkbox"/> SALUD EMOCIONAL <input type="checkbox"/> ACTIVIDAD FÍSICA <input type="checkbox"/> REDES DE ACOMPAÑAMIENTO <input type="checkbox"/> OTRO: _____
PRESCRIPCIÓN	INDICACIONES	
NOMBRE DEL ACTIVO : _____ UBICACIÓN: _____ CONTACTO: _____ EXPLICACIÓN DE LA NECESIDAD: _____	NOMBRE Y FIRMA: _____ TELÉFONO DE CONTACTO (SI SE REQUIERE SEGUIMIENTO): _____	
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;">  <p>ESTE TALÓN BUSCA FORTALECER LAS REDES VIVAS DE CUIDADO, SABERES Y VÍNCULOS EN NUESTRA COMUNIDAD. PORQUE CUIDAR TAMBIÉN ES CONECTAR.</p> </div>		
		

4. PRODUCTOS

Paseos saludables – “Paseos que cuidan”

- Registro y documentación de la actividad
- Identificación de activos de salud y recursos del barrio
- Materiales de sensibilización sobre salud comunitaria

Cuentos comunitarios

- 3 cuentos creados:
- “Los martes de las 3 estaciones” (mujeres mayores)
- Historia de Valentina (Fundación Sevilla Acoge)
- Poema de la calle (Solidarios para el Desarrollo)
- Dípticos de activos de salud vinculados a cada cuento
- Registro audiovisual y material creativo de los talleres

Taller “Recetando activos de salud”

- Capacitación en identificación y prescripción de activos de salud
- Recetario y póster de prescripción para centros sanitarios
- Herramientas prácticas para integrar comunidad en promoción de bienestar

Productos transversales

- Fondo documental de activos de salud del barrio
- Hoja de ruta y planificación para futuras actividades de MIMA
- Fortalecimiento de la red de alianzas entre vecindad, entidades y servicios de salud

5. APRENDIZAJES COLECTIVOS

- La importancia de generar espacios de confianza y escucha activa.
- El valor de lo narrativo como herramienta de transformación comunitaria.
- La necesidad de adaptar los procesos a los ritmos del territorio.
- La fuerza de las alianzas entre entidades, profesionales y vecindad.
- El cuidado como eje central para construir comunidad.



6. MIRADA AL FUTURO

Presentación de los cuentos comunitarios:

- 16 de abril (ruta literaria y presentación)
- 29 de abril (lectura compartida)

Desarrollo de talleres de “receta de activos” dirigidos a:

- Servicios sociales
- Centros sanitarios del Distrito

Elaboración y entrega de materiales:

- Póster para la prescripción de activos de salud
- Recetario comunitario

Continuar ampliando la red MIMA, fortaleciendo la colaboración y generando nuevas acciones de cuidado comunitario.



10. CONCLUSIONES Y LECCIONES APRENDIDAS

- La red MIMA ha fortalecido los lazos comunitarios, conectando personas, colectivos y servicios de salud.
- Las actividades desarrolladas (Paseos que cuidan, Cuentos comunitarios y taller de enfermería) han permitido visibilizar y activar activos de salud del barrio.
- La participación diversa ha generado identidad y pertenencia comunitaria, promoviendo la colaboración intergeneracional e intercultural.
- La integración de la enfermería comunitaria ha facilitado la conexión entre recursos del barrio y servicios de salud, promoviendo un enfoque integral de bienestar.
- La experiencia demuestra que la participación y el cuidado compartido son ejes transformadores para fortalecer la salud y el bienestar comunitario.



10. CONCLUSIONES Y LECCIONES APRENDIDAS

En cuando a las lecciones aprendidas...

- La escucha activa y los espacios de confianza son clave para generar participación genuina.
- La narrativa (Cuentos comunitarios) es una herramienta poderosa para visibilizar experiencias, conocimientos y activos de salud.
- La flexibilidad en la planificación es fundamental: adaptarse a los ritmos del barrio y a la disponibilidad de las personas participantes mejora los resultados.
- Las alianzas entre entidades, vecindad y profesionales multiplican el impacto de las iniciativas comunitarias.
- Involucrar a los servicios de salud en la identificación de activos permite integrar la comunidad en estrategias de promoción del bienestar y prevención.



